



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
35 minutos

Información Nutricional

Energía:	282 Kcal
Proteínas:	15.6 g
Grasa Total:	19.5 g
Colesterol:	65.1 mg
H. de Carbono:	10.9 g
Fibra Dietética:	2.30 g
Sodio:	322 mg

CREMA DE TOMATES Y POLLO

Ingredientes

- 2 Cucharadas de aceite
- ½ Cebolla cortada en cuadritos
- 1 ½ Taza de zanahoria rallada
- 4 Láminas de jamón acaramelado
- 2 Tarros de tomates en conservas con su jugo
- ½ Tableta de caldo de Ajo Cebolla Come Bien, Vive Bien MAGGI®, disuelto en ½ taza de agua
- 1 Tarro de crema espesa NESTLÉ® 157 g
- ½ Taza de leche SVELTY®
- 1 Pechuga de pollo salteada cortada en tiritas
- ½ Ramita de ciboulette cortada finamente

Preparación

1.- En una cacerola con el aceite caliente, saltea la cebolla junto con las zanahorias durante 5 minutos; agrega el jamón picado y cocina 2 minutos más revolviendo de vez en cuando.

2.- Agrega los tomates en trozos con su jugo y el caldo de Ajo Cebolla Come Bien, Vive Bien MAGGI® disuelto. Condimenta con un toque de pimienta y cocina a fuego medio durante 15 minutos. Retira del fuego y luego procesa en la juguera o con la ayuda de una mini pimer hasta obtener una mezcla suave y homogénea.

3.- Devuelve la molienda a la olla y agrega la crema espesa NESTLÉ® y la leche SVELTY®, rectifica la sazón y revuelve constantemente sin que hierva la preparación. Una vez lista, sirve de inmediato con los tozos de pollo salteados y calientes. Decora con pimienta molida y ciboulette cortado finamente.